

CIRCLE OF INFLUENCE

Der *Circle of Influence* unterstützt dabei, Herausforderungen und Gedanken klarer einzuordnen: Was liegt in meiner Kontrolle, worauf habe ich Einfluss – und was entzieht sich meiner direkten Gestaltung? Das Tool hilft, den Fokus auf die eigene Handlungsfähigkeit zu lenken und unnötige Energieverluste zu vermeiden. Im Team fördert es Eigenverantwortung, Wirksamkeit und einen konstruktiven Umgang mit Unsicherheit.

1

Eigene Themen identifizieren: Was beschäftigt mich?

Sammele alle Themen, Herausforderungen oder Fragen, die dich derzeit beschäftigen – beruflich oder privat. Das können Gedanken, Sorgen, Aufgaben oder Konflikte sein. Schreibe alles ungefiltert auf, was dir in den Sinn kommt.

2

Themen einordnen: Circle of Control / Influence / Concern

Nun ordnest du deine gesammelten Themen in die drei Kreise ein:

- *Circle of Control*: Was liegt vollständig in deiner Hand? (z. B. deine Einstellung, Glaubenssätze, Haltung, Verhalten)
- *Circle of Influence*: Worauf kannst du Einfluss nehmen, auch wenn du nicht allein entscheidest? (z. B. Zusammenarbeit, Projektverlauf, Kundenkontakt)
- *Circle of Concern*: Was betrifft dich, entzieht sich aber deinem Direkteinfluss? (z. B. politische Entscheidungen, Marktentwicklung, Verhalten anderer)

3

Handlungsoptionen ableiten: Aktiv werden

Nun überlegst du dir, wie du deinen Handlungsspielraum gezielt nutzen kannst.

- Was kann ich konkret im *Circle of Control* tun, um mehr Klarheit oder Stabilität zu schaffen? Wie kann ich meinen Einflussbereich ausdehnen?
- Wie kann ich meinen Einfluss im *Circle of Influence* erweitern – z. B. durch Kommunikation, Kooperation oder Initiative?
- Was liegt im *Circle of Concern*, das ich bewusst loslassen oder akzeptieren darf, um meine Energie zu schonen? Was brauche ich dafür?

Dieser Schritt hilft dir, Verantwortung bewusst zu übernehmen – ohne dich mit Themen zu belasten, die du nicht verändern kannst.

4

Optional: Gemeinsame Anwendung im Team

Im Team könnt ihr den *Circle of Influence* nutzen, um kollektive Klarheit zu schaffen: Was liegt in unserer Kontrolle als Team? Wo haben wir Einfluss – etwa auf Prozesse, Kommunikation, Prioritäten? Und was müssen wir akzeptieren oder strategisch beobachten, weil es ausserhalb unseres Wirkungsbereichs liegt? Die Methode eignet sich besonders gut für Retrospektiven, Teamstandorte oder Zeiten hoher Unsicherheit – sie stärkt Fokus, Eigenverantwortung und Handlungsfähigkeit im Team.

CIRCLE OF INFLUENCE

45 - 60 MINUTEN / GRUPPENARBEIT



CIRCLE OF CONCERN

Massnahmen

.....
.....
.....
.....

CIRCLE OF INFLUENCE

Massnahmen

.....
.....
.....
.....

CIRCLE OF CONTROL

Massnahmen/Akzeptanz

.....
.....
.....
.....